

■家庭用药 ABC



# 瘦身 别随意服减肥药

浙江东阳的王女士是一位爱美人士，奈何身材有点微胖，眼看着朋友圈的好友各种“秀身材”，十分羡慕。于是在好姐妹的推荐下服用瘦身药物，以致肝功能严重受损。

这样的例子在如今的社会上已不罕见，减肥已成为了一个经久不衰的话题。目前普遍使用的减肥药有以下三类，每类都有其利弊，切不可随意使用。

第一类减肥茶或减肥中药，制造工艺和质量标准与药品不同，可靠性存疑，一般都是以润肠、通便的手段来减少身体对食物中营养成分的吸收。尽管是保健品或食品的标准，但长期服用这类减肥茶或减肥中药仍然会对身体造成一定的伤害，如胃肠道功能紊乱、厌食等。

第二类减肥药，其实临床上并不是单纯用来降低体重的，只是由于药物作用机制的多样性，会对人体代谢产生一定的影响而引起体重减轻的副作用，比如降血糖药物二甲双胍。事实上，二甲双胍是处方药，需要由医生通过患者的实际情况来判断是否需要用药及剂量，不适合患者自行给药，否则害处多多。

第三类才是真正意义上的减肥药，是由国家相关部门批准专门用来治疗肥胖症的药品，

奥利司他就是其中的代表性药物，它是非处方药（OTC）。主要通过减少人体对脂肪的吸收发挥作用，常规的服用方法是餐时或餐后1小时口服1粒。需要注意的是奥利司他有轻度通便作用，偶见胃肠道不适。另外服用奥利司他在脂肪吸收减少的同时，也会降低人体对脂溶性维生素的吸收，因而需要额外补充维生素A、D、E等。

尽管是非处方药，奥利司他也不是百分百安全，作为一种药品，其在使用中仍需合理。首先此药不适合体重指数低于24千克每平方米的人群，体重指数近似值的计算方法是“体重/身高的平方”（体重以公斤为单位，身高以米为单位）。其次，降低体重须结合特定的饮食方式，食物中的脂肪含量要低，还要结合适当的运动，否则“收入”过多，吸收再少减肥效果也不会好。另外，假如用药后短期内疗效不佳，不可随意增加用药量，大剂量用药会增加不良反应发生的几率。服奥利司他对肝功能会有一些影响，如出现食欲减退、黄疸、尿色变深等，应立即停药并就医，检验肝功能。

上海瑞金医院药剂科  
副主任药师 石浩强

## 孩子没按时打乙肝疫苗 要重新打吗？

前不久一天，我出完门诊下班的时候，路上被一位朋友叫住。他说他的孩子出生时打了一针乙肝疫苗，等到打第2针乙肝疫苗时，因为全身湿疹严重，医生就不给打。现在又过了一个月，第2针乙肝疫苗还没有打。他问第1针乙肝疫苗是不是白打了？需不需要重新从第1针开始接种？

这位朋友提出的问题很有代表性，我也常常碰到一些乙肝妈妈这样问我：孩子因病没有按时打第2针或第3针乙肝疫苗，是否要重新开始打3针疫苗？

世界卫生组织在2009年发布的《乙型肝炎疫苗的立场性文件》中指出：“如果孩子出生后因疾病等原因3针的乙型肝炎免疫程序中断，重新开始接种时不需要从第1针开始重新开始，只要继续完成第2针或第3针乙型肝炎疫苗的接种即可；如果仅仅第3针被推迟，则应尽早接种。”

这是因为人体的免疫系统有“记忆功能”。在第1针乙肝疫苗接种后，虽然产生的抗体不多，中断第2针或第3针疫苗接种后，抗体也可能很快降低，但免疫功能是可以“记住”第1针疫苗的刺激的。所以，第1针乙肝疫苗不会白打，只要继续完成第2针或第3针乙型肝炎疫苗的接种，免疫系统会很快发挥作用，产生大量抗体。

北京地坛医院主任医师 蔡皓东

## 妙用伤湿止痛膏 治皮肤病

伤湿止痛膏具有祛风镇痛、舒筋活血的功效，临床实践证明，它还可以治疗多种皮肤病，如以下几种。

**治早期小疖肿** 将伤湿止痛膏剪成比疖肿稍大一些的小圆形，再用75%酒精将疖肿部位清洗干净，干后把伤湿止痛膏贴于疖肿患处，每天换药1次，一般贴药3-5天可愈。疖肿较大或化脓不宜采用此法。

**治神经性皮炎** 先用温水洗净患处，待干后，将伤湿止痛膏贴于患处，2-3天换药1次，继发感染者及孕妇忌用。

**治寻常疣** 剪取比寻常疣略大的伤湿止痛膏贴敷于患处，每天揭换数次，连续数天，一般用药10-15天可愈，寻常疣即可软化脱落。

**治鸡眼疼痛** 取伤湿止痛膏半块贴敷于鸡眼上，早晚各1次，可止行走时的疼痛。

**治皮肤皲裂** 根据裂口大小，将伤湿止痛膏贴于裂口处，一般用药2-3天裂口可愈，疼痛消失。

胡佑志

## 他汀类药物 有助于预防青光眼

最近有研究指出，他汀类药物除了防治心脑血管疾病之外，还有降低青光眼发病率的作用。

近期发表的一项研究称，短期使用他汀类药物与青光眼发病率的下降有关，研究者McCann和同事对7个队列研究进行了分析，以评估他汀类药物的使用和青光眼发病率或进展之间的关联，以及对眼压的影响。其中3个病例对照研究和一个横断面研究，共涉及58万多名参与者。数据显示，他汀类药物使用两年与青光眼发病率降低之间的关联有统计学意义，但是没有发现他汀类药物与眼压间的联系。研究者认为，应该在以后进行一项前瞻性的介入随机对照研究，探究短期和长期他汀类使用对青光眼和眼压的影响，以进一步提供可靠的证据。

青光眼主要是跟眼压有关系，眼压超过了每个人视神经所耐受的程度，引起了视神经的萎缩，视野逐渐缩小，最后会引起失明这样的一组疾病。且它是视神经萎缩引起的失明，是不可逆的，跟白内障这些病不同，青光眼一旦失明了就不可恢复。

青光眼重在预防，预防也主要是生活方面的保健，没有特殊预防措施，因此，中老年人有青光眼发病走向者，尤其是有高血压、高血脂、冠心病等，就更应选择他汀类药物服用。

焦作煤业集团中央医院  
主任医师 是明启

## 准妈妈眼部不适 眼药水滴是不滴？

王女士怀孕6个月，身体一直都不错。最近她开始眼角发痒难受，去药店店员推荐了几款眼药水，可是王女士担心对肚子里的宝宝有影响而不敢用。过了几天，眼睛依旧痒得难受，王女士想知道到底这眼药水能不能用？

孕妇在怀孕期间容易引起眼部疲劳、干涩、发炎和红痒等情况引起不适感，虽然眼药水进入体内浓度低，但仍有可能通过胎盘对胎儿造成一定的影响。目前大部分眼药水对孕妇的临床研究资料相对较少，因此孕妇使用眼药水更加值得重视。

如出现眼部不适的情况，首先建议孕妇尽量先通过注意眼卫生，减少长时间用眼（如看电视、电脑和手机等）来缓解。其次，可以使用保健类的



眼药水如玻璃酸钠滴眼液、复方硫酸软骨素滴眼液等，改善眼部不适。如情况严重必须用药，应到医院检查后在医生的指导下使用。但有些眼药水应避免使用，如抗生素类的氯霉素眼药水，虽是局部用药，由于氯霉素具有严重的骨髓抑制作用，孕妇使用后亦可能引致胎儿产生严重的不良反应；四环素类容易导致胎儿畸形；左氧氟沙星滴眼液可引起胎儿关节类疾病。不过，可以选择对孕妇安全性高的红霉素、林可霉素等品种的眼药水。

何苗